

- **Chemijos produktus ir vaistus laikykite atskirai nuo maisto produktų** vaikams nepasiekiamose vietose.
- **Visas medžiagas laikykite originaliose pakuotėse**, neperpilkite ir neperpakuokite jų, kad vėliau nesupainiotumėte! Nelaikykite pavojingų medžiagų likučių maisto produktų pakuotėse, gėrimų buteliuose. Nenuplėškite etikečių, neišmeskite vaistų informacinių lapelių.
- **Venkite vaistus vartoti vaikų akivaizdoje, nevadinkite jų saldinais.** Nevartokite vaistų tamsoje. Vaikams neleiskite jų vartoti savarankiškai.
- **Įsirenkite bent vieną į anglies monoksidą reaguojančią signalizaciją (detektorių)** namuose, jei vanduo ar oras šildomas krosnimi, dujiniu ar kieto kuro katilu.
- **Mokykite vaiką, kad paklaustų, ar daiktas valgomas**, prieš dėdamas jį į burną.



Greitai ir teisingai suteikta pagalba gali išgelbėti Jūsų ar Jūsų artimojo gyvybę

Nemokamos gydytojų klinikinių
toksikologų konsultacijos
apsinuodijimų klausimais
Galite skambinti visą parą, septynias
dienas per savaitę telefonu:

(8 - 5) 236 20 52

www.apsinuodijau.lt

El. paštas: **aib@essc.sam.lt**



SAM Ekstremalių sveikatai situacijų centro
Apsinuodijimų informacijos biuras

APSINUODIJAI? SKAMBINK



Nuodams patekus ant odos

Nuvalkite suterštus drabužius, odą plaukite tekančiu vandeniu 15–20 minučių, jei ji nepažeista – su muilu. Nenaudokite neutralizavimo priemonių nusideginus rūgštimis ar šarmais.

Nuodams patekus į akis

Nedelsiant išimkite kontaktinius lęšius, pažeistą akį plaukite tekančiu vandeniu 15–30 minučių. Akies vokus būtina pakelti, kad būtų gerai išplauta ragena ir junginės maišas. Dirginimui neišnykus kreipkitės į akių gydytoją arba artimiausią gydymo įstaigą.

Nuodų įkvėpus

Kuo greičiau atidarykite langus, apsinuodijusį išveskite ar išneškite į gryną orą. Atminkite, kad bandydami teikti pagalbą galite apsinuodyti patys.

Nuodų prarijus

Jei žmogus sąmoningas, duokite išgerti stiklinę paprasto vandens. Vaikui vandens kiekį apskaičiuokite pagal svorį, po 5 ml kilogramui kūno masės. Nei vaikui, nei suaugusiajam negirdykite daugiau nei stiklinę vandens, nes galite išprovokuoti vėmimą. Kartais apsinuodijus tai gali būti labai pavojinga.

Nepasitarę su gydytoju ar Apsinuodijimų informacijos biuro specialistais:

- **Nevimdykite**
- **Negirdykite** sūraus vandens, pieno, gazuotų gėrimų, limonado ir pan.
- **Nesiimkite kitų savigydos priemonių**

Kartais taip galite tik pakenkti apsinuodijusiam. Būtina atminti, kad mažiems vaikams arba pacientams, kurių sąmonė sutrikusi, skrandį plauti gali tik sveikatos priežiūros specialistai. Jei sąmonės būklė blogėja ir prasideda vėmimas, paguldykite ligonį ant kairiojo šono, kad galėtų lengvai kvėpuoti ir nepaspringtų, nedelsiant kvieskite greitąją medicinos pagalbą.

Namų vaistinėje turėkite bent 50 g aktyvintosios anglies. Atminkite, kad ji veiksmingiausia, kai skiriama per pirmąją valandą. Apsinuodijus per burną aktyvintoji anglis virškinimo trakte prisijungia kenksmingas medžiagas ir pašalina iš organizmo natūraliu būdu. Suaugusiajam turėtų būti skiriama apie 50 g aktyvintosios anglies arba viena pakuotė geriamosios suspensijos granulių. Vaikams aktyvintoji anglis skiriama po 0,5-1 g kilogramui kūno masės (pvz., 20 kg sveriančiam vaikui reikalinga 10-20 g arba 50-100 tablečių po 250 mg).

Apsinuodijus žmogui, nelaukite, kol jis ims negaluoti, paskambinkite į Apsinuodijimų informacijos biurą ir pasitarkite, kaip elgtis toliau. Pasakykite:

- Kas apsinuodijo?
- Kokio amžiaus, svorio, lyties nukentėjęsysis?
- Kuo apsinuodijo? Jei turite, pasiimkite medžiagos, kuria apsinuodyta, pakuotę. Gali prireikti perskaityti gamintojo informaciją ar sudėtį.
- Kokių kiekiu apsinuodijo?
- Prieš kiek laiko tai nutiko?
- Kokie negalavimai atsirado?
- Ko jau ėmėtės? Ar davėte atsigerti vandens, aktyvintosios anglies?

Pasakykite savo telefono numerį, kad prireikus būtų galima Jums paskambinti.

